

Radiojodihoito kilpirauhasen liikatoiminta

Yleistä

Radiojodi (jodin radioisotooppi I-131) kertyy kilpirauhaskudokseen. Radiojodin tuottamalla säteilyllä pyritään vähentämään toimivan kilpirauhaskudoksen määrää.

Ylimääräinen radiojodi poistuu suurelta osin munuaisten kautta virtsaan ensimmäisten vuorokausien aikana

Varaa käyntiin aikaa noin 30 minuuttia.

Ota mukaasi Kela- tai henkilökortti.

Peru aika, jos et pääse tulemaan. Jos et peru aikaa, sinulta peritään sakkomaksu.

Lääkkeet

Ota lääkkeet hoitavan lääkärin ohjeen mukaan. Mikäli käytössä on kilpirauhaslääkkeitä, ne yleensä lopetetaan ennen hoitoa.

Viimeinen Tyrazol otetaan:

Viimeinen Thyroxin otetaan:

Huomioitavaa

Älä syö tai juo kahteen tuntiin ennen hoitoa ja kahteen tuntiin hoidon jälkeen.

Kaksi viikkoa ennen hoitoa ja neljä vuorokautta hoidon jälkeen tulee noudattaa vähäjodista ruokavaliota.

Kerro ennen hoitokapselin antoa, jos olet käynyt varjoaineella tehtävissä röntgentutkimuksissa viimeisen 4 kuukauden aikana. Varjoaine saattaa vaikuttaa jodihoidon onnistumiseen.

Ruokavalio

Ruuasta saatavaa jodia on syytä välttää kaksi viikkoa ennen radiojodin antamista, koska se kilpailee radiojodin kanssa imeytymisestä kudoksiin. Vähäjodinen ruokavalio jatkuu neljä vuorokautta hoidosta.

Ruokavaliota noudatetaan:

Tärkeintä on käyttää suolaa, johon ei ole lisätty jodia. Merisuola ja mineraalisuola sisältävät jonkin verran jodia. On myös syytä välttää maito- ja meijerituotteita, munia, sekä meren eläviä, ts. kalaa, äyriäisiä ja levätuotteita. Betadine-paikallisantisepti sisältää jodia, ja myös yskänlääkkeissä sekä vitamiinivalmisteissa voi myös olla jodia.

Punaisissa cocktail - kirsikoissa on E127- väriainetta, minkä jodipitoisuus on suuri. Teollisissa elintarvikkeissa ja työpaikkaruuassa käytetään usein jodioitua suolaa.

Sijainti:	Hyväksytty pvm: 23.1.2024
Hyväksyjä: el Jyri Toikka	Laatija: rh Noa Harju

Jodiodun suolan käytöstä on maininta elintarvikkeen tuoteselosteessa (Jodi voidaan joskus merkitä I-kirjaimella, KI= kaliumjodidi).

Suosittelavia ruoka- aineita ovat liha, peruna, riisi, pasta, puuro, vihannekset, marjat, hedelmät ja juurekset. Pieniä määriä maitoa, esim. kahvissa tai puurossa voi käyttää.

Hoito

Hoito annetaan tavallisen särkylääkkeen kokoisena kapselina, joka niellään veden kanssa. Kilpirauhasessa jodi tuhoaa liikatoimivaa kilpirauhaskudosta. Kilpirauhaseen sitoutumaton radioaktiivinen jodi poistuu elimistöstä pääosin virtsan mukana.

Jos imetät, se tulee lopettaa ennen hoitoa. Radioaktiivinen jodi erittyy rintamaitoon.

Jodiallergia ei ole este hoidon antamiselle, sillä kapselin sisältämä jodimäärä on hyvin pieni.

Radiojodiin liittyvät sivuvaikutukset ovat tavallisesti lieviä. Kaulalla voi tuntua kuumotusta, harvoin kipua. Sylkirauhaset voivat aristaa. Tavanomaiset särkylääkkeet tehoavat mahdolliseen kipuun.

Hoidon jälkeen

Hoidon jälkeen kolmen päivän ajan juo runsaasti nestettä ja tyhjennä virtsarakko tavallista useammin. Myös miesten on virtsattava istuallaan. Pese kätesi huolellisesti WC-käynnin jälkeen ja jos mahdollista, kuivaa kätesi kertakäyttöpyyhkeeseen. Virtsa on radioaktiivista ja säteilevää. Huuhtelee WC-pönttö 2–3 kertaa.

Jos oksennat 2 tunnin sisällä jodikapselin saamisen jälkeen, ota yhteyttä isotooppiyksikköön. Siivoa oksennus nitriilisillä kertakäyttökäsineillä. Käsittele eritteitä, kuten virtsaa sisältäviä vaippoja tms. varovaisesti ja käytä nitriilisiä kertakäyttökäsineitä. Vaippa, käsineet sekä siivousjätteet pitää pakata tiiviiseen, suljettuun muovipussiin ja viedä ulkona olevaan kiinteistön kannelliseen sekajäteastiaan. Pussia ei saa jättää jäteastian ulkopuolelle.

Jos vaatteisiin tulee eritetahroja, vaihda ne. Pese eritetahroista likaantuneet vaatteet ja mahdolliset muut tekstiilit erillään muusta pyykistä.

Sinulla saattaa esiintyä hoidon jälkeen lieviä kilpirauhasen liika- tai vajaatoiminnan oireita.

Vältä raskaaksi tulemista tai lapsen siittämistä vähintään 6 kuukauden ajan hoidon jälkeen. Säteily saattaa vaikuttaa sukusoluihin (sekä siittiöihin että munasoluihin) sekä vahingoittaa mahdollista sikiötä.

Säteilysuojeluohjeita

Näitä ohjeita noudattamalla suojaat läheisiäsi ja muita henkilöitä ylimääräiseltä säteilyannokselta. Erityisesti pienten lasten ja raskaana olevien naisten suhteen tulee olla huolellinen.

Nuku ensimmäiset 4 vuorokautta yksin. Sänkyjen tulee olla yli 2 m etäisyydellä toisistaan, vaikka niiden välissä olisi seinä. Säteily läpäisee myös siniä.

Jos joudut odottamatta sairaalahoitoon ensimmäisen viikon aikana, ilmoita saamastasi radiojodihoidosta hoitavalle lääkärille.

Sijainti:	Hyväksytty pvm: 23.1.2024
Hyväksyjä: el Jyri Toikka	Laatija: rh Noa Harju

Lapset ja raskaana olevat henkilöt

Ensimmäiset 12 vuorokautta: oleskele korkeintaan 30 minuuttia päivässä lasten ja raskaana olevien henkilöiden lähellä (alle 2 metrin etäisyydellä).

Jos sinulla on alle 2-vuotiaita lapsia, olisi hyvä, jos joku muu hoitaisi heitä. Mikäli etäisyyden pitäminen ei ole mahdollista, oleskele lähietäisyydellä mahdollisimman lyhyt aika.

Seuraavien kahden viikon ajan oleskele korkeintaan 3 tuntia päivässä raskaana olevien tai lasten lähellä (alle 2 metriä).

Sosiaaliset tilanteet

Vältä 3 päivän ajan tilanteita, joissa vietät pitkiä aikoja samojen henkilöiden kanssa lähietäisyydellä (alle 2 m). Esimerkiksi teatteri, elokuvat, liikennevälineet, työpaikka ja vierailut.

Luonasi voi käydä vieraita, mutta vierailut on hyvä pitää lyhyinä (alle 2 h). Pyri pysymään vieraista yli 2 m etäisyydellä, mikäli mahdollista. Raskaana olevien tai pienten lasten vierailuja ei suositella ensimmäiseen kahteentoista vuorokauteen.

Työt

Voit mennä töihin hoidon jälkeen. Jos joudut olemaan alle 2 m etäisyydellä muista henkilöistä, ota yhteys hoitavaan lääkäriisi.

Lasten kanssa työskentelevien on hyvä ilmoittaa siitä lääkärille hoitoa suunniteltaessa, jolloin lääkäri voi kirjoittaa sairaslomatodistuksen hoidon jälkeisille päiville.

Mikäli arvelet tarvitsevasi sairaslomatodistuksen, pyydä se hoitoon lähettävältä lääkäriltä.

Matkustaminen

Kotimatalla voit käyttää julkista kulkuvälinettä, jos matka-aika on alle tunnin.

Ulkomaille matkustaessa tarvitset todistuksen saamastasi isotooppihoidosta. Tulliasemilla on mittarit, jotka havaitsevat säteilyn. Toisiin maihin (esimerkiksi Venäjä) ei pääse maahan todistuksenkaan kanssa, ennen kuin hoidosta on kulunut 2 viikkoa.

Sijainti:	Hyväksytty pvm: 23.1.2024
Hyväksyjä: el Jyri Toikka	Laatija: rh Noa Harju

Ohjeistus aikatauluna

Aika	Ohje	Tarkennus
4-0 kk ennen hoitoa	Ei varjoainetutkimuksia	
2 viikkoa ennen hoitoa	Vähäjodinen ruokavalio aloitetaan	Ei saa syödä: Jodioitua suolaa, maito- ja meijerituotteita, mereneläviä, jodipitoisia luontaistuotteita.
2-3 vuorokautta ennen hoitoa	Tyreostaatit lopetetaan	Lääkärin määräyksen mukaan.
2 tuntia ennen hoitoa	Syömättä ja juomatta	
	Hoito	
2 tuntia hoidon jälkeen	Syömättä ja juomatta	
1-3 vuorokautta hoidon jälkeen	Eritteiden käsittelyn varotoimet	WC:n huuhtelu useampaan kertaan, eritetahraiset vaatteet vaihdettava, vaipat ja muut eritejätteet vietävä suoraan ulkoroskikseen ja käsiteltävä nitrilihanskoin.
1-4 vuorokautta hoidon jälkeen	Lähikontaktien välttely Vähäjodinen ruokavalio lopetetaan 4vrk hoidon jälkeen	Vältettävä pitkäaikaista, yli kahden tunnin pituista alle kahden metrin kontaktia muihin ihmisiin. Esimerkiksi: nukkuminen, teatterit, kulkuvälineet. Vähäjodista ruokavaliota noudatettava vielä 4 vuorokautta hoidon jälkeen.
1-12 vuorokautta hoidon jälkeen	Lasten ja raskaana olevien välttely	Vietä maksimissaan 30 min päivässä alle 2 m etäisyydellä lapsista ja raskaana olevista.
13-26 vuorokautta hoidon jälkeen	Lasten ja raskaana olevien kontaktien minimointi	Vietä päivässä korkeintaan 3 tuntia alle 2 m etäisyydellä lapsista ja raskaana olevista.
0-6 kk hoidon jälkeen	Vältettävä raskaaksi tulemista ja saattamista	

Yhteystiedot

Säteilyyn liittyvissä kysymyksissä ota yhteys Kymenlaakson isotooppiyksikköön arkisin klo 8-15.

Lääkkeisiin ja sairauslomatoistuksiin liittyvissä kysymyksissä ole yhteydessä lähettävään yksikkösi.

Sijainti:	Hyväksytty pvm: 23.1.2024
Hyväksyjä: el Jyri Toikka	Laatija: rh Noa Harju